

### あの時の東区ニュース

東区で行われた過去の行事やイベントを写真で振り返る「あの時の東区ニュース」。今月は、昭和58年(1983年)12月に行われた「北光子ども会 交通安全祈願ダコづくり」の様子を紹介します。



## 特集



天使大学 栄養学科3年  
田頭さん 山賀さん

今月は、寒さが増すこれからの季節を乗り切るための食生活のポイントを紹介します。



東保健センターの  
管理栄養士

### 東区関連施設

東区役所(北11東7) ☎741-2400  
東区土木センター(北33東18) ☎781-3521

東保健センター(北10東7) ☎711-3211  
北部市税事務所(北4西5 アステイ45 9階) ☎207-3912  
東清掃事務所(丘珠町873-1) ☎781-6653  
東消防署(北24東17) ☎781-2100

まちづくりセンター

鉄東(北9東5)	☎721-3105	元町(北20東20)	☎781-5375
北光(北18東5)	☎721-1271	伏古本町(伏古3-3)	☎784-5534
北栄(北25東7)	☎721-6336	丘珠(丘珠町183-2)	☎781-4283
北西(北39東4)	☎752-9536	札苗(東苗穂7-2)	☎783-3608
北栄(北41東14)	☎711-2203	苗穂東(苗穂町3)	☎742-4427

編集 東区役所総務企画課広聴係  
☎741-2414 FAX 742-4762  
Eメール hi.somu@city.sapporo.jp











市税は納期限までに納付を。北部市税事務所（☎741-3913）では、木曜日に夜間納税相談を行っています。

## 東区成人式のお知らせ

令和4年の成人式は、新型コロナウイルス感染症対策のため、式典を2回に分けて行いますので、12月上旬に発送する案内状でご確認ください。12月中旬までに案内状が届かない方はご連絡願います。

- 日時** 1月9日(日)。  
第1部:11時30分～12時(開場11時)。  
第2部:14時～14時30分(開場13時30分)
- 会場** 北ガスアリーナ札幌46  
(中央区北4条東6丁目)。
- 対象** 平成13年(2001年)4月2日から平成14年(2002年)4月1日までに生まれた方で、東区に住民登録をしている方。  
※東区にお住まいで住民登録の手続きを行っていない方や、帰省中の方など東区に住民登録がない場合でも参加できます。  
詳細はお問い合わせください。
- 詳細** 地域振興課 ☎741-2429



## 健スポブックレット配布中

過去の「ひがしく健康・スポーツまつり」の様子や、「健康・スポーツ・食」に関するお役立ち情報を掲載した冊子を配布しています♪

**配布場所** 東区役所、東区民センター、区内各まちづくりセンター、区内各地区センター(無料で配布しています)。

**詳細・問い合わせ** 地域振興課 ☎741-2429



## こもだてインフォメーション

### サンデーサロン (毎月第4日曜日開催)

平日に子育てサロンに来られない方やお父さんも、お子さんとぜひ遊びに来てください。

- 日時** 12月26日(日)10時～12時。  
**会場** ちあふる・ひがし(北9条東7丁目1-25)。  
**対象** 就学前のお子さんと保護者。  
**費用・申込** 無料、直接会場へお越しください。  
**詳細** 東区保育・子育て支援センター(ちあふる・ひがし) ☎711-7807



## 区内各施設の講座など

この他の講座や詳細は、各施設のHP、地デジ・アプリ、冊子「イベント情報はこちらでチェック 札幌市からのお知らせ」(配布場所:市内郵便局・区役所・まちづくりセンター・区民センター・地区センター)をご覧ください。

**東区民センター** 北11条東7丁目1-1 ☎742-5500  
**冬休みこどもダンス体験教室**  
ヒップホップなどのダンスを体験しましょう  
**日時** 低学年の部は1/11(火)、1/13(木)の全2回。  
高学年の部は1/12(水)、1/14(金)の全2回。  
いずれも10時30分～12時。  
**対象・定員** 低学年の部は小学校1～3年生、高学年の部は小学校4～6年生。各20人(先着)。  
**費用** 600円。  
**持ち物** 運動靴、汗拭きタオル、飲み物(水分補給用)。  
**申込** 12/15(水)から電話または直接窓口で申込。  
受付は10時～17時。

**栄地区センター** 北36条東8丁目1-25 ☎704-6005  
**先を読む力が身につく!**  
**冬休み子ども将棋初心者入門**  
先を読み、論理的に考えながら進める将棋は自然と頭を使います。じっくり取り組むことで、集中力や忍耐力も鍛えられます  
**日時** 1/4(火)、1/5(水)、1/6(木)の全3回。14時～16時。  
**対象・定員** 東区にお住まいで、将棋初心者の小学生。12人(先着)。  
**費用** 2,000円。  
**申込** 12/14(火)から電話で申込。受付は9時～17時。

掲載した情報は内容の変更や、中止、延期となる場合があります。事前に開催についてお問い合わせの上お出掛けください。

広告



# 令和3年度札幌市自治振興功労者表彰 ～心からお祝い申し上げます～



能澤 正明さん

長年にわたり地域住民活動に尽力し、地域の自治振興に貢献された方の功績をたたえる「札幌市自治振興功労者」の受賞者が決定しました。東区からは、能澤 正明さん（北光連合町内会会長）と、森尾 裕子さん（伏古本町連合町内会副会長）が受賞されました。



森尾 裕子さん

## ふむふむ ひがしく



年末年始の業務についてのお知らせと、リニューアルした東区ウォーキングノートをご紹介します。

### 年末年始の業務案内

### ごみの収集は？ 施設の休みは？

区役所、土木センター、保健センター、区内各まちづくりセンター、区民センター、区内各地区センター、区民センターおよび区内各地区センター図書室 **12/29(水) から 1/3(月) までお休み**します。出生届や死亡届などの届け出は、休みの間も区役所の休日受付窓口で行えます。

ごみの収集の詳細やその他の施設、業務案内については、本誌20・21ページの「年末年始ガイド」をご覧ください。

#### ごみの収集

ごみステーションの収集は、**12/31(金) から 1/3(月) まで（北34条～51条の東1丁目～15丁目は1/4(火)まで）お休み**します。収集日については、各地区の家庭ごみ収集日カレンダーにて必ずご確認ください。

【詳細】東清掃事務所 ☎781-6653  
大型ごみの受け付け（大型ごみ収集センター）は、**12/29(水) から 1/3(月) までお休み**します。  
【詳細】大型ごみ収集センター ☎281-8153

### 東区ウォーキングノートが新しくなりました！



東区ウォーキングノートは、歩行時間などを記録できるほか、おすすめのウォーキングコースやまちの魅力などのお役立ち情報が掲載されていますが、内容をリニューアルしました！ライフステージに合わせて3種類（ゆったり編・こそだて編・おしごと編）を用意しています。東保健センター、各まちづくりセンターで配布しています。



年代別に3種類！

実際に歩いた様子が見られるウォーキング動画の公開や、撮影した写真の投稿募集をしている東区ウォーキングフォトコンも実施中です！



東区ウォーキングチャンネル



東区ウォーキング Instagram



東区ウォーキング Facebook

配布場所：東保健センター、各まちづくりセンター  
問い合わせ：健康・子ども課 ☎711-3211

広告